

## ABSTRAK

Beberapa perempuan usia subur mengalami dismenorea saat menstruasi. Tingkat keparahan dismenorea bervariasi tiap perempuan. Pengelolaan nyeri dapat menggunakan teknik nonfarmakologi salah satunya kompres hangat dan minyak kayu putih. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan efektifitas pemberian kompres hangat dan minyak kayu putih terhadap tingkat nyeri saat dismenorea pada remaja.

Desain penelitian ini adalah *quasi experiment*. Populasinya seluruh remaja yang mengalami dismenorea sebesar 32 remaja. Besar sampel 30 responden diambil dengan teknik *simple random sampling*. Variabel independen adalah pemberian kompres hangat dan minyak kayu putih, variabel dependen adalah tingkat nyeri dismenorea. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan Standar Operasional Prosedur. Analisis data menggunakan uji *Mann Whitney* dengan nilai kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan 15 responden pre kompres hangat hampir setengahnya (46,7%) tingkat nyeri skala 3 dan 4, sedangkan post kompres sebagian besar (60%) tingkat nyeri skala 1. Pada pre minyak kayu putih setengahnya (53,3%) tingkat nyeri skala 4, sedangkan post kayu putih hampir setengahnya (46,7%) tingkat nyeri skala 3 dan 2. Uji statistik *Mann Whitney*, didapatkan  $p = 0,001$  berarti  $p < \alpha = 0,05$  artinya  $H_0$  ditolak, ada perbedaan efektifitas pemberian kompres hangat dan minyak kayu putih terhadap tingkat nyeri saat dismenorea pada remaja.

Kompres hangat lebih efektif untuk mengurangi tingkat nyeri akibat dismenorea daripada minyak kayu putih. Perawat dapat mengedukasikan kepada remaja tentang penggunaan kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri.

**Kata kunci : Dismenorea, Kompres Hangat, Minyak Kayu Putih**